



* ESTOS MENÚS PUEDEN CONTENER LOS SIGUIENTES ALÉRGENOS:
 GLUTEN, LÁCTEOS, CRUSTÁCEOS, HUEVO, PESCADO, MOLUSCOS, ALTRAMUCES, CACAHUETES,
 APIO, SÉSAMO, FRUTOS SECOS, SULFITOS, MOSTAZA Y SOJA.
SUBRAYADOS EN CADA PLATO Y ESPECIFICADOS AL REVERSO DEL MENÚ.
 PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON NOSOTROS.

CEIP MARIO VARGAS LLOSA

1º ciclo de Educación Infantil (PURÉS)

 * LEGUMBRE DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

<p>8 MIÉRCOLES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>MANZANA TRITURADA CRUSHED APPLE</p>	<p>9 JUEVES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>ZUMO DE MANDARINA TANGERINE JUICE</p>	<p>10 VIERNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND VEAL PURÉE</p> <p>PERA TRITURADA CRUSHED PEAR</p>
<p>13 LUNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>PLÁTANO CHAFADO CRUSHED BANANA</p>	<p>14 MARTES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>ZUMO DE MANDARINA TANGERINE JUICE</p>	<p>15 MIÉRCOLES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND VEAL PURÉE</p> <p>COMPOTA DE MANZANA ASADA ROAST APPLE SAUCE</p>
<p>20 LUNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>MANZANA TRITURADA CRUSHED APPLE</p>	<p>21 MARTES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND VEAL PURÉE</p> <p>PERA TRITURADA CRUSHED PEAR</p>	<p>22 MIÉRCOLES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>ZUMO DE MANDARINA TANGERINE JUICE</p>
<p>27 LUNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>PLÁTANO CHAFADO CRUSHED BANANA</p>	<p>28 MARTES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>PERA TRITURADA CRUSHED PEAR</p>	<p>29 MIÉRCOLES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND VEAL PURÉE</p> <p>ZUMO DE MANDARINA TANGERINE JUICE</p>
<p>16 JUEVES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>PLÁTANO CHAFADO CRUSHED BANANA</p>	<p>17 VIERNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>COMPOTA DE MANZANA ASADA ROAST APPLE SAUCE</p>	
<p>23 JUEVES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>PLÁTANO CHAFADO CRUSHED BANANA</p>	<p>24 VIERNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y TERNERA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND VEAL PURÉE</p> <p>COMPOTA DE MANZANA ASADA ROAST APPLE SAUCE</p>	
<p>30 JUEVES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y MERLUZA</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND HAKE PURÉE</p> <p>MANZANA TRITURADA CRUSHED APPLE</p>	<p>31 VIERNES</p> <p>PURÉ DE PATATA, ZANAHORIA, CALABACÍN, PUERRO Y POLLO</p> <p>POTATO, CARROT, COURGETTE, LEEK AND CHICKEN PURÉE</p> <p>PLÁTANO CHAFADO CRUSHED BANANA</p>	

* VALORACIÓN NUTRICIONAL DEL VASO DE LECHE ENTERA NO INCLUIDA EN LA CALIBRACIÓN DEL DÍA. 

* LAS FRUTAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN

EN NUESTROS MENÚS POTENCIAMOS LOS PRODUCTOS DE TEMPORADA:

FRUTAS ENERO: AGUACATE, CHIRIMOYA, CAQUI, FRAMBRUESA, FRESÓN, KIWI, LIMÓN, MANZANA, MANDARINA, NARANJA, PERA, PLÁTANO Y POMELO.

VERDURAS ENERO: ALCACHOFA, AJO, ACELGAS, APIO, BERENJENA, BRÓCOLI, CALABACÍN, CALABAZA, CEBOLLA, CARDO, ENDIVIA, ESCAROLA, COLIFLOR, LOMBARDA, NABO, HABA, GUISANTE, LECHUGA, PIMIENTO, PEPINO, PUERRO, RÁBANO, REPOLLO, TOMATE Y ZANAHORIA

NUESTROS MENÚS ESTÁN ELABORADOS DE ACUERDO A LOS PROGRAMAS NAOS Y PERSEO RACIONES ESTABLECIDAS SEGÚN IDR PARA **NIÑOS 1-3 AÑOS**. (MOREIRAS Y COL. 2018).
 APORTE DE ENERGÍA DEL MENÚ ENTRE EL **30-35% DE TOTAL DE IDR RECOMENDADA DE 1.250 KCAL**.
 MENÚS EXENTOS DE LAS ESPECIES DE PESCADOS DE ALTO CONTENIDO DE MERCURIO SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES DE LA AESAN.